






Nordsee-Schollenfilets mit Krabben

 Leicht  20 min  2 Personen

Zutaten

- 2 Nordsee-Schollenfilets
Art.-Nr. 80234 auf
www.deutscheesee.de/shop
- 75 g Nordseekrabben, gepult
- 350 g frischer Blattspinat
- Salz
- Schwarzer Pfeffer
- Frisch geriebene Muskatnuss
- 125 ml Sauce Hollandaise
- 2 EL Tomatenmark
- Frischer Dill

Unser Online Shop: Lieferung bis an die Haustür

Zubereitung

Schritt 01

Die Nordsee-Schollenfilets etwas salzen. Den Spinat gründlich waschen und grob hacken. Den nur wenig abgetropften Spinat in einer großen Pfanne einige Minuten dünsten, bis er zusammengefallen ist. Er wird mit etwas Salz, frisch gemahlenem schwarzem Pfeffer und frisch geriebenem Muskat würzig abgeschmeckt.

Schritt 02

Dann verteilen Sie die Nordsee-Schollenfilets in der Pfanne gleichmäßig auf dem Spinat, setzen den Deckel auf und lassen die Filets 7–8 Minuten auf dem Spinatbett dünsten. In der Zwischenzeit wärmen Sie die Hollandaise auf und verrühren sie gründlich mit dem Tomatenmark.

Schritt 03

Zum Servieren den Spinat auf Tellern verteilen, die Nordsee-Schollenfilets daraufsetzen, das Ganze mit der Tomaten-Hollandaise beträufeln und mit den Krabben und dem fein gehackten Dill bestreuen. Lecker dazu: Kartoffelpüree.

Unser Online Shop: Lieferung bis an die Haustür